

ÂGE :

SEXE :

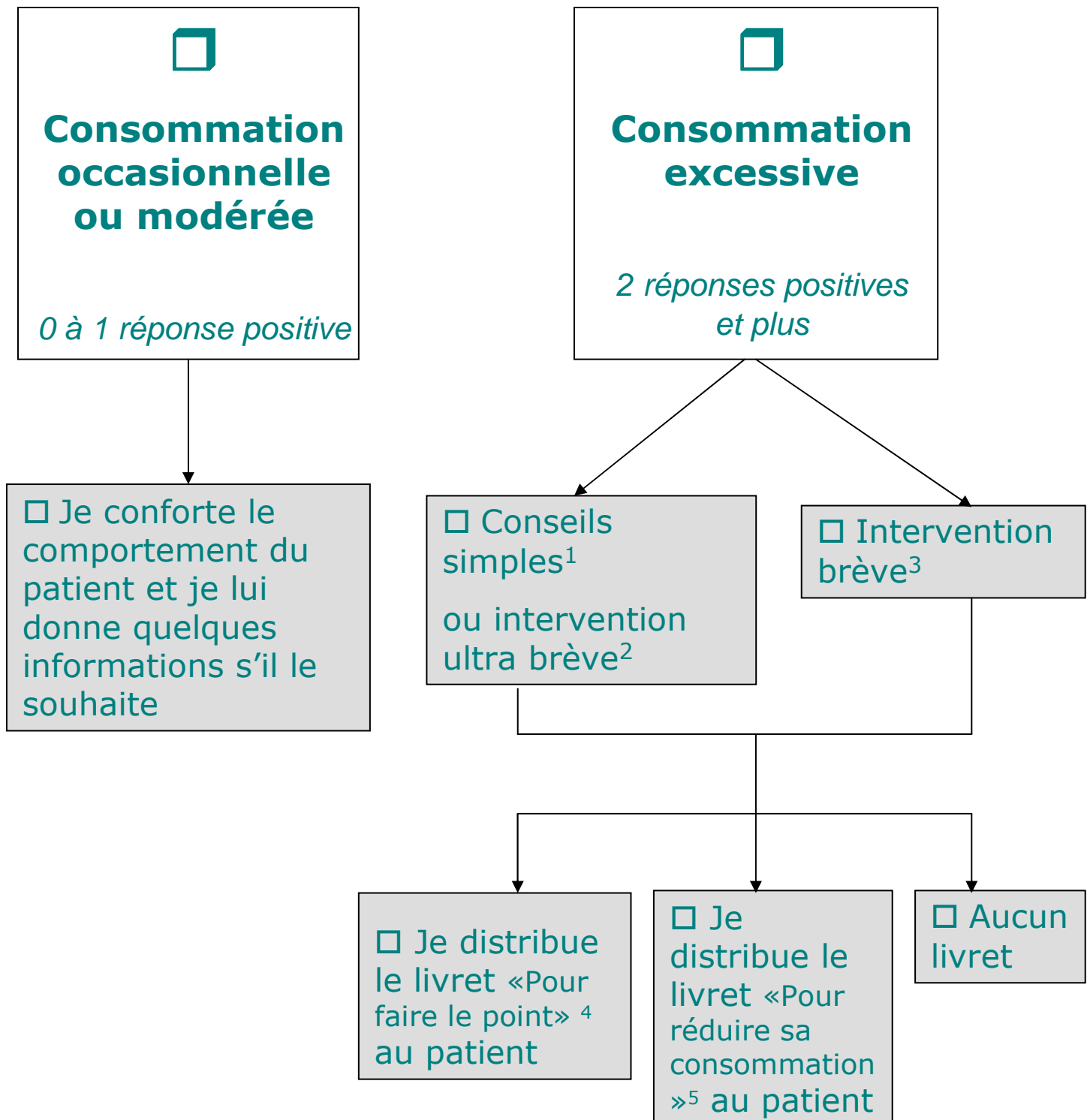
Questionnaire DETA CAGE* (validation internationale)		
	OUI	NON
1. Avez-vous déjà ressenti le besoin de diminuer votre consommation de boissons alcoolisées ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Votre entourage vous a-t-il déjà fait des remarques au sujet de votre consommation ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Avez-vous déjà eu l'impression que vous buviez trop ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Avez-vous déjà eu besoin d'Alcool dès le matin pour vous sentir en forme ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

*DETA : **D**iminuer **E**ntourage **T**rop **A**lcool (Forme française du CAGE)

Spécificité à 76 % et la sensibilité à 78 % selon Ewing et Rouse en 1970

Attitudes du soignant face aux résultats du DETA CAGE

(Cochez la case correspondant à la consommation de votre patient, et celles correspondant à votre prise en charge)



(1,2,3,4,5 voir pages suivantes)

Les différentes interventions possibles 1/2

1Conseils simples :

Dans le cadre d'une consultation standard, expliquer au patient que :

- Sa consommation est trop importante,
- Les risques encourus,
- Lui proposer très concrètement une réduction de consommation ne dépassant pas le seuil de prévention défini auparavant (pour l'alcool : 21 verres par semaine pour un homme et 14 pour une femme).

Plusieurs études montrent qu'un entretien structuré et concret de ce type a des effets intéressants en termes de réduction de la consommation.

2Intervention ultra brève :

Selon l'OMS, l'intervention ultra brève dure environ 5 minutes et comprend :

- un feedback donné au patient sur sa consommation d'alcool ;
- une explication de la notion d' « un verre d'alcool » ;
- une explication sur les limites d'une consommation modérée d'alcool ;
- l'encouragement à rester en dessous de ces limites.

Ce type d'intervention est indiqué dans les entretiens d'urgence ou lors d'une consultation rapide. Son efficacité a été évaluée.

Propositions pour aider le patient à diminuer sa consommation d'alcool :

- Prenez votre premier verre seulement après le début du repas
- Etanchez votre soif avec des boissons non alcoolisées avant de commencer l'alcool
- Prenez une boisson non alcoolisée avant chaque verre d'alcool
- Prenez plutôt des bières faiblement alcoolisées
- Buvez à petites gorgées
- Planifiez des tâches aux heures où vous consommez habituellement de l'alcool
- Faites de l'activité physique au lieu de prendre un verre si vous êtes stressé(e) ou agacé(e)
- Cherchez de nouveaux centres d'intérêt : la pêche, le cinéma, une association de sport...
- Evitez le bistrot après le travail
- Evitez de passer trop de temps, si possible avec ceux de vos amis qui boivent beaucoup
- Si l'on veut vous forcer à boire, vous pouvez toujours dire que vous avez des raisons médicales pour « lever le pied »

Les différentes interventions possibles 2/2

3 Check-list pour le conseil dans le cadre d'une intervention brève

1. **Restituer le test de repérage du patient, son score et sa signification**
2. **Expliquer le risque Alcool**
3. **Expliquer le verre standard**

Un verre, c'est comme au bistrot : 25 cl de bière ordinaire, 10 cl de vin, 3 cl de whisky.

Une bouteille de vin, c'est huit verres.

Une bouteille de whisky, c'est vingt verres.

Une « 8°6 », c'est quatre verres.



4. **Expliquer l'intérêt personnel de la réduction**

Quels bénéfices aurez-vous à réduire votre consommation d'alcool ?

5. **Expliquer les méthodes utilisables pour réduire sa consommation**

Réduire les occasions, les fréquences, les quantités, trouver des occupations alternatives... (faire référence au manuel)

6. **Proposer des objectifs, laisser le choix**

Objectifs clairs : passer dans une période déterminée sous les « seuils de risque ». Mais « seulement si vous jugez cela opportun ». (Tout objectif alternatif proposé par le patient est acceptable dans une approche éducative).

7. **Donner la possibilité de réévaluer dans une autre consultation**

Naturelle, cette proposition doit bien être perçue comme optionnelle

8. **Remettre le livret « Pour réduire sa consommation »**

Il reprend tous les éléments ci-dessus, et sa remise, même si plusieurs points de la check-list ci-dessus manquent, constitue en soi une intervention.

Référence des livrets

☞ Alcool : Ouvrons le dialogue (kit complet) / www.inpes.sante.fr

- ☞ Outils professionnels (*Ref : 13508321PT*)
 - *Des livrets patients « Pour faire le point »*
 - *Des livrets patients « Pour réduire sa consommation »*